

# ゆったり

# 通信



## 文月 (ふみつき)

7月に入り今年も暑い季節がやってきましたね。今年の夏の土用丑の日は**7月24日**となっています。土用で食べるうなぎは、江戸時代の終わりごろより、夏の暑さで体調を崩さないように、栄養豊富なうなぎを食べて英気を養おうと考えられたものらしいです。

又、うなぎの開き方は関東地方では背中から、関西地方では腹側から開きます。武士の多い江戸時代では、切腹を連想することから腹を開くのは敬遠されたのに対して、関西では商人の文化が栄えた大阪は、「腹を割って話す」ことに通じるとし、うなぎを腹から開いたそうですよ。7月も訪問入浴をよろしくお願ひ致します。

## 7月のイベント湯

**20日~26日**でクールバスを使用した、入浴を予定しています。皆様楽しみにして下さいね。

冬場に使用するバスクリンとは、効果が違うような感じがしますが、バスクリンと同じ血行が良くなる成分が入っているんです。それでも涼しく感じるのは、メントールという成分が入っている為で、メントールは体を冷やすことなく、涼しく感じさせてくれる成分らしいですよ。

田原本園訪問入浴サービス  
636-0245  
住所 田原本町大字味間523-1  
TEL 0744-33-6066





公益財団法人JKAは、競輪・オートレースの売上金の一部で、社会的課題の解決に取り組む活動を支援しています。「競輪とオートレースの補助事業」は、事業者の自己資金とJKAの補助金を原資として、事業者が主体となって実施する事業です。



暑さ指数に応じた注意事項等

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安 <sup>(注1)</sup>	日常生活における注意事項 <sup>(注1)</sup>	熱中症予防のための運動指針 <sup>(注2)</sup>
31℃以上	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	<b>運動は原則中止</b> 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。
28~31℃	中等度以上の生活活動でおこる危険性	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	<b>厳重警戒</b> 激しい運動や持久走は避ける。積極的に休息をとり、水分塩分補給。体力のない者、暑さになれていない者は運動中止。
25~28℃	強い生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。	<b>警戒</b> 積極的に休息をとり、水分塩分補給。激しい運動では、30分おきくらいに休息。
21~25℃	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。	<b>注意</b> 死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意。運動の合間に水分塩分補給。

お知らせ

この度、訪問入浴、デイサービスのイベント時等のご利用者様のご様子を田原本園のホームページに掲載させて頂く事となりました。様々なサービスの情報も紹介しておりますので宜しければご閲覧下さい。



ぜひ、ご検索ください!

🔍 田原本園

Q. 夏のリビングや居間での冷房は何℃くらいに設定していますか?

